

# Chuleta con salpicado de cereales

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Buey

**Bifes:** 4 Unidades

**Mojo reservado:**

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

### Cereales

**Centeno:** 2 cdas.

**Trigo:** 2 cdas.

**Arroz:** 2 cdas.

**Avena:** 2 cdas.

### Mojo

**Fenogreco semilla del alholva:** 3 g

**Pan frito:** 50 g

**Agua:** 1/4 Taza

**Almendra frita:** 50 grs.

**Sal:** A gusto

**Ajos fritos:** 3 Dientes

**Puré de avellana:** 30 g

### Salsa de jamón

**Manteca:** 20 g

**Agua:** 2 L

**Jamón rancio:** 50 g

**Echalottes picados:** 2 cda.

**Sal:** A gusto

**Papas:** 200 g

**Regaliz en polvo:** 1/2 cdita.

**Nuez Moscada:** Una pizca

### Varios

**Polvo de perejil:** A gusto

**Cartamo pistilos:** A gusto

# Preparación de la Receta

## Mojo

- Coloque en la licuadora el pan frito, los dientes de *ajo*, las almendras fritas, el puré de avellanas, el *fenogreco*, el agua y condimente con sal
- Licue y reserve.

## Salsa de jamón

- Corte las papas en trozos.
- Coloque en una olla todos los ingredientes y lleve a fuego medio.
- Condimente con *regaliz* y sal
- Cocine aproximadamente durante 45 minutos.
- Retire el *jamón* y licue el resto.
- Coloque nuevamente en la olla junto con el *jamón* y lleve a fuego mínimo.

## Cereales

- Hierva cada cereal por separado durante 2 horas.
- Retire y póngalos a secar en el horno a una temperatura mínima
- Una vez secos fríalos en abundante aceite bien caliente, retire y escurra en papel absorbente.

## Buey

- Unte los bifés con el mojo reservado de ambos lados.
- En una sartén con aceite de oliva selle los bifés.

## Presentación

- Coloque en un plato un puñadito de cada uno de los cereales dándole forma cuadrada.
- Espolvoree los cereales con pistilos de cartamo, polvo de *perejil* y unas gotas de aceite de oliva.
- Coloque el *bife* en el plato junto con los cereales, pinte nuevamente con el mojo y la salsa de *jamón*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/chuleta-con-salpicado-de-cereales>